



## Jurnal Keperawatan Muhammadiyah

Alamat Website: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>



### Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut

Citra Windani Mambang Sari <sup>1</sup>, Nina Sumarni <sup>2</sup>, Yuliana Sri Rahayu <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Dosen Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

<sup>2</sup> Dosen Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

<sup>3</sup> Mahasiswi Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

#### I N F O R M A S I

Korespondensi:  
citra.windani@unpad.  
ac.id

#### A B S T R A C T

*Objective : This research aims to know the correlation between stress and blood pressure in elderly with hypertension at the working area of Community Health Center of Kadungora, Garut Regency.*

*Results : This research found that 32 elderlies in normal stress level category (27,6%), low stress level on 45 elderlies (38,8%), moderate stress level on 29 elderlies (25,0%), and high stress level on 10 elderlies (8,6%). The results of blood pressure test were 130-139 mmHg/80-89 mmHg on 30 elderlies (25,9%),  $\geq 140$  mmHg/ $\geq 90$  mmHg on 79 elderlies (68,1%) and  $\geq 180$  mmHg/ $\geq 120$  mmHg on 7 elderlies (6,0%).*

*Conclusion : From the analysis result, the significant value of (0,024 ( $p$  value  $\leq 0,05$ )) was found, which means that it displayed significant effect and thus the H1 can be accepted that there is a significant correlation between stress and blood pressure on hypertension elderly in the working area of Community Health Center of Kadungora, Garut Regency.*

Keywords:  
Blood Pressure, Elderly,  
Hypertension, Stress

## PENDAHULUAN

Populasi lansia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Menurut *World Health Organization* [WHO], 2018 jumlah lansia seluruh di dunia pada saat ini yaitu 434 juta jiwa sedangkan jumlah lansia di Indonesia diperkirakan berjumlah 23,66 juta jiwa atau 9,03%. Jawa Barat yang saat ini merupakan salah satu provinsi yang ada di Indonesia yang saat ini sudah memasuki *ageing population* dengan prevalensi 4,16 juta jiwa Badan Pusat Statistik [BPS], (2017). Jumlah lansia yang ada di Kabupaten Garut yaitu sebanyak 60% dari jumlah seluruh penduduk Garut sebanyak 2.569.505 (BPS, 2016).

Prevalensi hipertensi berdasarkan WHO (2017) prevalensi hipertensi pada usia 18-39 (7,5%), 40-59 (33,2%) dan usia lebih dari 60 tahun (63,1%) sedangkan menurut Kementerian Kesehatan Dasar (2018) prevalensi hipertensi di Jawa Barat yaitu sebanyak 40% dan berdasarkan laporan data kesakitan Dinkes Kabupaten Garut (2018) didapatkan lansia yang menderita hipertensi sebanyak 2,449 jiwa.

Berdasarkan *American Heart Assosiation* [AHA], 2017 tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan tekanan darah yang mengalir melalui pembuluh darah secara konsisten dalam keadaan yang tinggi dengan sistolik 130-139 mmHg dan diastolik 80-89 mmHg. Terdapat faktor resiko yang dapat meningkatkan tekanan darah yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti riwayat keluarga, usia yang semakin tua, jenis kelamin, ras dan penyakit gagal ginjal kronis sedangkan yang dapat dimodifikasi yaitu kurang aktivitas fisik, diet yang tidak sehat, obesitas, minum alkohol yang terlalu banyak, apnea tidur, kolesterol tinggi, merokok dan stres (AHA, 2017).

Tekanan darah merupakan tekanan aliran darah yang terjadi pada dinding arteri yang terjadi karena adanya pompaan atau tergerak dari jantung (Potter & Perry, 2013). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada lansia menurut penelitian yang dilakukan oleh (Subekti, 2014) di Dusun Sumberan mengemukakan hasil faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah pada lansia yaitu nutrisi, psikologis, aktivitas fisik dan kualitas tidur. Faktor psikologis merupakan salah satu faktor yang sering terjadi pada lansia umumnya seperti depresi, cemas dan stres. Stres merupakan faktor yang paling mempengaruhi tekanan darah pada lansia, hal tersebut terjadi karena lanjut usia akan mengalami perubahan yang bersifat normal dari fisik dan mental, penurunan fungsi biologis pada lansia dari aspek kehidupan yang

saling berhubungan seperti perubahan fisik, perubahan psikologis dan sosial apabila tidak dapat dilalui dengan baik akan menghambat aktivitas sehari-hari yang akan menyebabkan stressor hingga mengakibatkan stress (Moradi et al., 2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hermawan, 2014) di Gambing Sleman Yogyakarta menyatakan hasil penelitian terdapat hubungan antara stres dengan tekanan darah dengan keeratan yang sedang didukung kembali oleh penelitian yang dilakukan oleh (Iwan, Nutrisia, & Tri, 2018) di Puskesmas Bangetayu Semarang mengemukakan hasil terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan nilai keeratan hubungan *correlation coefficient* 0,001 yaitu terdapat keeratan yang cukup kolerasi negatif apabila tingkat stres berat maka tekanan darah pun akan semakin meningkat, diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Suherman, Tjutju, & Novita, 2017) dengan hasil penelitian yaitu terdapat hubungan antara tingkat stres dengan peningkatan tekanan darah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Seke, Bidjuni, & Lolong, 2016) di Balai Penyantunan mengemukakan hasil dari 50 responden, terdapat sebanyak 38 responden (92,7%) menderita stres dengan riwayat hipertensi dan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan tingkat hipertensi didukung dengan penelitian (Senoaji, 2017) menyebutkan dari hasil penelitiannya yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan frekuensi kekambuhan hipertensi pada lansia, dengan nilai koefisien kolerasi 0,362 yang bernilai positif artinya semakin tinggi tingkat stres pada lansia maka frekuensi kekambuhan hipertensi pada lansia akan semakin tinggi sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2017) menyebutkan bahwa dari hasil penelitiannya terdapat hubungan yang disignifikan antara stres dengan kejadian tekanan darah tinggi, seseorang yang sedang mengalami stres memiliki resiko lebih tinggi sebanyak 2,830 kali terkena tekanan darah tinggi dibandingkan dengan seseorang yang tidak mengalami stres.

Penelitian yang peneliti lakukan berbeda dengan penelitian sebelumnya yang sudah dilakukan yaitu dari jumlah responden penelitian ini lebih banyak, kriteria *inklusi* dan *eksklusi* dan dari tempat penelitian yang akan dilakukan yaitu di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kota Garut, karena berdasarkan data laporan morbiditas (data kesakitan) Dinas Kesehatan Garut pada tahun 2017, Puskesmas Kadungora mendapat

urutan pertama dengan lansia hipertensi dengan jumlah penderita 116 lansia. Hasil studi pendahuluan dari 10 lansia dengan hipertensi 2 responden diantaranya mengalami stres berat, 4 responden mengalami stres sedang dan 2 responden mengalami stres ringan dan 2 responden stres normal.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan stres terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut

## METODE

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif korelasional dengan metode *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan dengan mengukur variabel-variabel dalam waktu yang sama. Populasi dalam penelitian yaitu 116 lansia hipertensi yang berobat ke puskesmas Kadungora Kabupaten Garut data ini diambil berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Garut 2018 sampel penelitian ini menggunakan *total sampling*. Penelitian ini terdiri dari 2 variabel yaitu stres dan tekanan darah, untuk pengukuran variabel stres menggunakan kuesioner DASS 42, kuesioner DASS 42 sudah Uji validitas oleh Abdullah dan Amrullah (2014) pada 20 responden lansia dengan hipertensi dengan nilai  $r$  tabel ( $r = 0,444$ ) sehingga dapat disimpulkan dari 42 pertanyaan tersebut sudah valid dan uji reabilitas yang sudah dilakukan oleh Abdullah dan Amrullah (2014) pada 20 responden lansia dengan hipertensi menunjukkan *cronbach alpha* (0,976) berada pada nilai konstanta (0,6), sehingga dapat disimpulkan dari 42 pertanyaan instrumen DASS 42 merupakan instrumen yang reliabel dan variabel tekanan darah menggunakan Sphygmomanometer digital yang sudah dikalibrasi. Analisis data menggunakan analisis univariat yaitu distribusi frekuensi dan persentase dan analisis bivariat yaitu *Chi-square*.

## HASIL

Karakteristik pada penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan, diet hipertensi, olahraga, riwayat merokok, riwayat kontrol tekanan darah dan riwayat kepatuhan minum obat

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut dari 116 responden didapatkan bahwa umur responden sebagian besar pada usia lansia (Elderly 60-74 tahun). Jenis kelamin perempuan sebagian

besar yaitu 75 lansia (64,7%), pendidikan terakhir responden yaitu Sekolah dasar (SD) sebanyak 90 lansia (77,6%), karakteristik pekerjaan responden di wilayah kerja Puskesmas Kadungora sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 93 lansia (80,2%) dan status perkawinan lansia lebih dominan duda/janda sebanyak 62 lansia (53,4%).

Tabel 1. Distribusi frekuensi lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut (n=116)

Karakteristik	N	%
Umur		
Elderly (60-74 tahun)	115	99,1
Old (75-90 tahun)	1	0,9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	41	35,3
Perempuan	75	64,7
Pendidikan		
Tidak Sekolah	25	21,6
Sekolah Dasar	90	77,6
SLTP	1	0,9
Pekerjaan		
Tidak bekerja	93	80,2
Bekerja	2	1,7
Pensiunan	21	18,1
Status perkawinan		
Menikah	54	46,6
Duda/janda	62	53,4
Diet hipertensi		
Ya	44	37,9
Tidak	72	62,1
Olahraga (3x/minggu)		
Ya	39	33,6
Tidak	77	66,4
Riwayat Merokok		
Ya	53	45,7
Tidak	63	54,3
Riwayat Kontrol tekanan darah		
Kadang – kadang	104	89,7
Sering	12	10,3
Kepatuhan minum obat		
Tidak pernah	1	0,9
Kadang-kadang	98	84,5
Sering	17	14,7

Karakteristik data kesehatan pada tabel 4.2.1 menunjukkan bahwa responden di wilayah kerja

Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut sebagian besar tidak melakukan diet hipertensi sebanyak 72 responden (62,1%). Riwayat olahraga sebagian besar tidak melakukan olahraga selama 3x/minggu yaitu sebanyak 77 responden (66,4%), sebagian besar memiliki riwayat merokok yaitu sebanyak 53 responden (45,7%). Riwayat kontrol responden sebagian besar pada kategori yaitu kadang-kadang sebanyak 104 responden (89,7%), riwayat minum obat sebagian kecil pada kategori tidak pernah sebanyak 1 lansia (0,9%).

### Hasil pengukuran tekanan darah dengan menggunakan sphygmomanometer digitas pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut

Tabel 2. Distribusi frekuensi tekanan darah lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut (n=116)

Karakteristik	N	%
130-139 mmHg / 80-89 mmHg	30	25,9
≥140 mmHg / ≥90 mmHg	79	68,1
≥ 180 mmHg / ≥120 mmHg	7	6,0

Berdasarkan tabel 2 tekanan darah lansia sebagian kecil pada tekanan tekanan sistolik ≥ 180 mmHg dan diastol ≥120 mmHg yaitu 7 responden (6,0%).

### Hasil pengukuran tingkat stress dengan menggunakan kuesioner DASS (*Depression, Anxiety, Stress Scale*) pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut yang terbagi menjadi stress normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat.

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa tingkat stres responden sebagian kecil dalam kategori stress berat sebanyak 10 responden (8,6%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi tingkat stress lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut (n=116)

Karakteristik	N	%
Normal	32	27,6
Stress ringan	45	38,8
Stress sedang	29	25,0
Stress berat	10	8,6

### Analisis Bivariat hubungan stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut.

Tabel 4. Tabel distribusi analisis bivariat hubungan stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut (n=116)

Tekanan darah	Tingkat stress								p
	Normal		Stress ringan		Stress sedang		Stress berat		
	N	%	N	%	N	%	n	%	
130-139 mmHg / 80-89 mmHg	14	46,7	12	40,0	4	13,3	0	0	0,024
≥140 mmHg / ≥90 mmHg	16	20,3	31	39,2	24	30,4	8	10,1	
≥ 180 mmHg / ≥120 mmHg	2	28,6	2	28,6	1	14,3	2	28,6	

Berdasarkan tabel diatas tingkat stress sebagian besar pada tekanan darah ≥140 mmHg / ≥90 mmHg dengan stress ringan yaitu sebanyak 31 lansia (68,9%). Hasil analisis bivariat hubungan stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di peroleh *p values* sebesar 0,024 dengan taraf signifikansi sebesar 0,05, sehingga  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 Umur responden yang sebagian besar >60 tahun dalam rentang 60-74 tahun (*Elderly*) yaitu sebanyak 115 responden (99,1%) berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Andria, 2013) dari 54,2% seseorang mengalami hipertensi banyak diderita oleh yang berusia >60 tahun (35,5%). Tekanan darah tinggi pada lansia terjadi karena perubahan struktur pembuluh darah seperti elastisitas pembuluh darah berkurang dan kekakuan pada dinding pembuluh darah arteri sehingga dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang mengakibatkan aliran darah menuju jaringan dan organ-organ tubuh menjadi berkurang dan terjadi peningkatan tekanan darah sistolik agar aliran darah ke jaringan dan organ-organ tubuh tetap terpenuhi (Udjianti, 2010). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nasution, 2011) menyebutkan bahwa umur merupakan faktor yang dapat menyebabkan stress, semakin bertambahnya umur seseorang maka akan semakin mudah mengalami stress yang disebabkan oleh beban hidup yang semakin berat serta penurunan fungsi fisiologis seperti kemampuan visual, berpikir, menden-

gar dan mengingat sesuatu.

Berdasarkan hasil penelitian berjenis kelamin perempuan sebanyak 75 responden (64,7%), menurut (Yuliarti, 2007) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tekanan darah tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian tekanan darah tinggi lebih banyak pada perempuan yang dipengaruhi oleh kadar hormone estrogen yang akan menurun ketika perempuan memasuki usia tua sehingga perempuan lebih rentan mengalami tekanan darah tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh (Nasrani & Purnawati, 2015) Jenis kelamin perempuan memiliki resiko lebih tinggi mengalami stres karena perempuan memiliki respon yang negatif terhadap adanya konflik sehingga akan mudah mengalami stress.

Berdasarkan tabel 2 diet hipertensi paling banyak responden tidak melakukan diet hipertensi yaitu sebanyak 72 lansia (62,1%). Diet rendah garam (diet natrium) akan mempengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi karena apabila natrium dikonsumsi secara berlebihan secara terus menerus maka ginjal akan mengeluarkan natrium dalam bentuk urin, apabila ginjal tidak berfungsi optimal maka natrium yang berlebihan tersebut akan menumpuk dalam darah sehingga menimbulkan penumpukan cairan yang dapat menyebabkan jantung dan pembuluh darah bekerja lebih keras untuk memompa darah dan mengalirkan keseluruh tubuh dan tekanan darah akan meningkat (Michael *et al.*, 2014).

Tekanan darah dapat dikontrol dengan diet rendah garam untuk membantu menghilangkan retensi air dalam jaringan tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah, membatasi konsumsi lemak agar kadar kolesterol darah tidak terlalu tinggi, kadar kolesterol yang terlalu tinggi dapat mengakibatkan edapan kolesterol pada dinding pembuluh darah dalam waktu yang endapan tersebut bertambah akan menyumbat pembuluh darah arteri dan mengganggu peredaran pembuluh darah dengan demikian akan memperberat kerja jantung sehingga dapat memperparah hipertensi dan konsumsi buah dan sayuran segar mengandung banyak vitamin dan mineral dapat membantu menurunkan tekanan darah yang ringan (Smith, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Purnama & Saleh, 2016) terdapat pengaruh yang signifikan antara pola diet dengan kejadian tekanan darah tinggi dengan nilai OR = 8,679 artinya pola diet yang kurang baik berpeluang 8,679 kali untuk mengalami tekanan darah tinggi dibandingkan dengan

gan pola diet yang baik.

Karakteristik olahraga banyak lansia yang tidak melakukan olahraga seminggu 3x minimal 30 menit sebanyak 72 lansia (62,1%) sedangkan yang melakukan olahraga sebanyak 44 lansia (37,9%) seperti melakukan senam hipertensi yang biasa dilakukan di desa sekitar dan jalan-jalan dipagi hari. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Anggara & Prayitno, 2013) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara olahraga dengan tekanan darah dengan nilai  $p = 0,000$  yang artinya seseorang yang tidak teratur melakukan olahraga maka resiko hipertensi lebih tinggi 2,33 kali dibandingkan dengan seseorang yang rutin melakukan olahraga, melakukan olahraga yang rutin 3-4x / minggu dapat membantu menurunkan tekanan darah sistolik 8-10 mmHg dan menurunkan diastolik 6-10 mmHg (Susilo & Wulandari, 2011).

Responden sebagian besar tidak memiliki riwayat merokok sebanyak 63 lansia (54,3%) sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suprihatin, 2016) menyebutkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian tekanan darah tinggi, dalam penelitian tersebut responden yang tidak merokok lebih banyak dibandingkan dengan responden yang mempunyai riwayat merokok, hal ini disebabkan oleh mayoritas responden berjenis kelamin perempuan baik pada kelompok kasus dan kontrol dan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Lontoh, Dotulong & Benidiktus, 2017) menyebutkan bahwa tidak ada hubungan yang antara merokok dengan stress. Berdasarkan hasil tersebut peneliti menyimpulkan bahwa penyebab stress dan tekanan darah tinggi pada responden disebabkan oleh faktor lain.

Riwayat kontrol tekanan darah pada lansia hipertensi hampir seluruhnya pada kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 104 lansia (89,7%) sedangkan yang sering sebanyak 12 lansia (10,3%), menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mursiany, Ermawati & Oktaviani, 2013) alasan kontrol tekanan darah yaitu, keterbatasan biaya pengobatan yang tidak memiliki jaminan kesehatan dan jarak rumah ke pelayanan kesehatan.

Berdasarkan tabel 3 bahwa tekanan darah lansia lebih banyak pada sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg yaitu sebanyak 79 lansia (68,1%), sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setiyorini, 2014) hipertensi pada lansia paling banyak memiliki hipertensi kategori Stage II yaitu sebanyak 14



responden (46,70%), sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Setiawan, Maulana, & Widyaningrum, 2018) menyebutkan bahwa tekanan darah yang paling banyak diderita oleh lansia yaitu stage I berjumlah 28 responden (93,3%).

Berdasarkan tabel 4 tingkat stress lansia sebagian kecil yaitu stress ringan yaitu sebanyak 45 responden (38,8%), sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh menyebutkan tingkat stres lansia lebih banyak pada tingkatan yang ringan yaitu sebanyak 30%. Faktor yang dapat menyebabkan lansia mengalami stres disebabkan karena merasa tidak puas dengan aktivitas sehari-hari, tidak puas dengan perannya sebagai orang tua, tidak menceritakan masalah kepada keluarga atau teman dan selalu memikirkan masalah yang didapat (Ningsih, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sari & Usman, 2018) menyebutkan bahwa tingkat stres yang tinggi dapat mempengaruhi hipertensi yaitu sebanyak 40,3%, hipertensi sangat mempengaruhi tingkat stres pada lansia karena melalui saraf simpatis dapat meningkatkan tekanan darah secara intermiten.

Berdasarkan tabel 5 Tingkat stres yang ringan sebagian besar pada tekanan darah  $\geq 140$  mmHg /  $\geq 90$  mmHg yaitu sebanyak 31 lansia (68,9%), berdasarkan uji *chi-square* dengan nilai yang diperoleh dari nilai *p*-value 0,024 atau  $\alpha \leq 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara stress dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hermawan, 2014) menyebutkan bahwa terdapat hubungan dengan tingkat keparahan yang sedang antara stres dengan tekanan darah dengan hasil uji statistik *p* = 0,013 yang diduga dari aktivitas saraf simpatis yang dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap dan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Seke et al., 2016) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tekanan darah tinggi dengan nilai *p* = 0,000, tekanan darah tinggi dapat diakibatkan oleh stress yang dialami oleh individu, karena reaksi yang muncul terhadap stres merupakan tekanan darah yang meningkat sedangkan penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tekanan darah dengan nilai *p* = 0,001 sehingga dapat dijelaskan bahwa terdapat hubungan keparahan yang cukup dengan toleransi negatif artinya semakin tinggi tingkat stres maka akan semakin tinggi pula tekanan darah. Penelitian ini diperkuat kembali

oleh penelitian yang dilakukan oleh (Rahmah, 2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan tekanan darah dengan nilai *p* = 0,000, seseorang yang sedang mengalami stres akan menyebabkan pelepasan hormon adrenalin sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah melalui kontraksi arteri atau vasodilatasi dan peningkatan denyut jantung, apabila stress tersebut berlangsung lama maka tekanan darah akan tetap tinggi yang dapat menyebabkan hipertensi (South, 2014). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yulistina, 2017) menyatakan bahwa stres merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kadungora Kabupaten Garut dengan nilai signifikansi *p* = 0,024.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyarankan agar perawat komunitas dapat menerapkan hasil penelitian ini dengan dijadikan bahan dasar dalam melakukan asuhan keperawatan yaitu seperti melakukan pendidikan kesehatan mengenai manajemen stress dan kontrol hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- AHA (American Heart Association). (2017). Global Impact of 2017 American Heart Association/American College of Cardiology hypertension Guidelines. A perspective from India. *Circulation*, 137, 2017-2019. <http://doi.org/10.1161/000000000000065>.
- American Psychological Association. (2014). *Stress : The Different Kinds of Stress*. <http://www.apa.org/helpcenter/stress-kinds.aspx>. (Diakses tanggal 23 Februari 2019)
- Anggara, F., & Prayitno, N. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 20-25.
- Badan Pusat Statistik. (2016). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014. <https://www.bps.go.id/index.php/publikasi/111>
- Badan Pusat Statistik. (2017). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2016. <https://www.bps.go.id/index.php/publikasi/1117>
- Dinkes, (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Garut*
- Dinkes, (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Garut*

- Hermawan, F. (2014). Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Gamping Sleman Yogyakarta.
- Iwan, A., Nutrisia, N. H., & Tri, U. S. (2018). Signifikansi Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi The significant of stress level with blood pressure in hypertention. *Unissula Press*, 152–156.
- Kemenkes RI. 2014. Pusat data dan Informasi Hipertensi Kementrian Kesehatan. RI. Jakarta
- Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2016. Keperawatan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta
- Kemenkes RI. (2017). *Pusat Data dan Informasi. Analisis Lansia di Indonesia*. Jakarta
- Lontoh, Y. J., Kep, S., Dotulong, F. X., & Benidiktus, M. Y. (2017). Hubungan Stres Pada Remaja Laki-Laki Dengan Perilaku Merokok Di Akademi Keperawatan Gunung Maria Tomohon. In *PROSIDING Seminar Nasional Tahun 2017 ISBN: 2549-0931* (Vol. 1, No. 2, pp. 286-293)
- Moradi, Z., Far Ajallah, M. F., Mohammadi, M., Esfandnia, F., Taovsi, P., & Esfandnia, A. (2015). Evaluation of stress factors among the elderly in the nursing homes for the elderly. *Journal of Medicine and Life*, 8(Spec Iss 3), 146–150. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28316682>.
- Nasrani, L., & Purnawati, S. (2015). Perbedaan tingkat stres antara laki-laki dan perempuan pada peserta yoga di kota Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*.
- Ningsih, R. (2019). Efektivitas pemberian senam lanjut usia terhadap penurunan tingkat stres usia lanjut di panti sosial tresna werdha batusangkar. *Menara Ilmu*, 13(3).
- Seke, P. A., Bidjuni, H. J., & Lolong, J. (2016). Hubungan Kejadian Stres dengan Penyakit Hipertensi pada Lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *E-Journal Keperawatan*, 4, 1–5.
- South, M. (2014). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. <http://ejournal.unsrat.ac.id>
- Potter, Patricia A & Perry. (2013). *Fundamental of Nursing*, Edisi 8. Kanada: Elsevier
- Prasetyorini, H. T., & Prawesti, D. (2012). Stres pada penyakit terhadap kejadian komplikasi hipertensi pada pasien hipertensi. *Jurnal Stikes*, 5(1), 61-70.
- Purnama, A., & Saleh, R. (2017). Perbedaan Pola Diet dan Stres terhadap Hipertensi Di Rumah Sakit PMI Bogor Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(04), 313-321
- Sari, E. P., Sitorus, R. J. Salimah, P. (2017). Studi Prevalensi Kejadian Hipertensi pada Posbindu di Wilayah Kerja BTKLPP Kelas I Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 117–124.
- Senoaji, A. U. (2017). Hubungan tingkat pengetahuan keluarga tentang diet hipertensi dan tingkat stres dengan frekuensi kekambuhan hipertensi pada lansia. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Setiawan, A., Maulana, D., & Widyaningrum, R. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah lanjut usia penderita hipertensi esensial di upt rumah pelayanan sosial lanjut usia budi dharma yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(1).
- Setiyorini, Y. (2014). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di gamping sleman yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Subekti, R. Y. (2014). Analisis faktor – faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada usia lanjut di dusun sumberan sumberagung moyudan sleman yogyakarta. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta*.
- Suherman, D. N., Tjutju, R., & Novita, F. T. (2017). Hubungan Tingkat Stres dengan Peningkatan Tekanan Darah di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Cipamokolan Kota Bandung. *STIKes Bhakti Kencana Bandung*.
- Udjianti, J. (2010). Keperawatan Kardiovaskular. Jakarta: Salemba Medika.
- Yulistina, F., Deliana, S. M., & Rustiana, E. R. (2017). Korelasi Asupan Makanan, Stres, dan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Usia Menopause. *Unnes Journal of Public Health*, 6(1), 35-42.
- World Health Organization (WHO). (2018) Hypertension Fact Sheet. WHO: Departemen of Sustainable Development and Healthy Environments. [www.who.int](http://www.who.int). Diakses tanggal 19 Januari 2019
- World Health Organization (WHO). (2017). *Cardiovascular Diseases (CVDs)*, <http://www.who.int/Mediacentre/Factsheets/FS317/en> diakses tanggal 22 Januari 2019
- World Health Organization (WHO). (2017). *Fact Sheet, Top The 10 Cause of Death Worldwide 2015*. Geneva : World Health Organisation <http://www.who.int/mediacentre/factsheet/fs310/en/> diakses tanggal 22 januari 2019